

Edition Sport & Wissenschaft
GeSpuEr:
Bremer Beiträge zu Gesundheit, Sport und Ernährung

Hans-Jürgen Schulke, Uwe Fietze (Red.)

Sport - Ernährung - Gesundheit

Symposiumsbericht Bremen 1989

Deutscher Leichtathletik-Verband

Deutscher Tennis Bund Deutscher Turner-Bund

(Hrsg.)

Meyer & Meyer Verlag

Bibliothek des

Inhalt

Zu diesem Band

Grußworte und Eröffnung

1.1	Grußwort der Schirmherrin Prof. Dr. Dr. Ursula Lehr, Bundesministerin für Jugend, Familie, Frauen und Gesundheit	11
1.2	Grußwort Helmut Meyer, Präsident des Deutschen Leichtathletik-Verbandes.	12
1.3	Grußwort Dr. Claus Stauder, Präsident des Deutschen Tennis Bundes.	12
1.4	Grußwort Dr. Walter Wallmann, Präsident des Deutschen Turner-Bundes.	13
1.5	Grußwort zur Symposiumseröffnung Volker Kröning, Senator für Sport	14
1.6	Die Bremer Stadtmusikanten Ein Sport- und Ernährungsmärchen 1. Szene.	16
1.7	Einführung in die Symposiumsthematik Dr. Hans-Jürgen Schulke Sport und Ernährung als Elemente gesunder Lebensführung: Eine Herausforderung an die Turn- und Sportvereine.	19
1.8	Die Bremer Stadtmusikanten 2. - 4. Szene.	28
1.9	Grußwort zum Symposiumsempfang Prof. Dr. Jürgen Timm, Rektor der Universität Bremen.	33
1.10	Grußwort zum Symposiumsempfang Heinz-Helmut Claußen, Präsident des Landessportbundes Bremen	34

Hauptreferate

2.1	Prof. Dr. Dieter Böhmer (Frankfurt) Die Ernährung des Breiten- und Freizeitsportlers aus sportwissenschaftlicher Sicht	35
2.2	Prof. Dr. Werner Kubier (Gießen) Die Ernährungssituation der bundesdeutschen Bevölkerung mit Blick auf den Breiten- und Freizeitsport	40
2.3	Dr. Hans-Jürgen Schulke (Bremen) Der Verein als Heimat — Zur Bewegungs- und Eßkultur in den Sportorganisationen.	49
2.4	Prof. Dr. Michael Hamm (Hamburg) Ernährungslernen im Sport — Langfristige Verhaltensänderung durch die Ernährungsberatung von Sportlern und Sportlerinnen . . .	60
2.5	Dr. Jutta Schulke-Vandre (Seebergen) Lernkonzept für kombinierte Sport- und Ernährungsangebote in verschiedenen Praxislernfeldern	67
2.6	Prof. Dr. Manfred Steinbach (Bonn) Strategien für eine gesunde Ernährung im Sport. Sport- und Ernährungsangebote als Beitrag der Vereine zur gemeindenahen Gesundheitsvorsorge.	79

Statements und Empfehlungen zur Ernährung des Breiten- und Freizeitsportlers

3.1	Dr. Klaus-Jürgen Moch (Gießen) Statement aus der Sicht der Ernährungsphysiologie.	90
3.2	Prof. Dr. Gisla Gniech (Bremen) Statement aus der Sicht der Ernährungspsychologie.	91
3.3	Prof. Dr. Rolf Großklaus (Berlin) Statement aus der Sicht der Ernährungsmedizin.	98
3.4	Prof. Dr. Gerhard Treutlein (Heidelberg) Statement aus der Sicht der Sportpädagogik	101
3.5	Dr. Helmut Oberritter (Frankfurt) Empfehlungen der vollwertigen Kost als Basis für die alltägliche Ernährungsweise.	111

Arbeitskreise I — Verschiedene Schwerpunkte

4.1	Spiel- und Übungsangebote / Kurse	
4.1.1	Rosemarie Breuer-Schüder (Wuppertal)	.120
4.1.2	Doris Schwope (Münster)	.127
4.1.3	Arbeitskreisbericht	.131
4.2	Training und Wettkampf	
4.2.1	Dr. Gerta van Oost-Buß (Dormagen)	.132
4.2.2	Prof. Dr. Klaus Jung (Mainz)	.137
4.2.3	Arbeitskreisbericht	.140
4.3	Vereinslokale / Sportschulen	
4.3.1	Gerhard Reitzner (Bremen)	.141
4.3.2	Dieter Koschel (Meile)	.144
4.3.3	Arbeitskreisbericht	.146
4.4	Sportreisen	
4.4.1	Christine Ederer (Immenstaad)	.151
4.4.2	Christine Eschemann (Bremen)	.152
4.4.3	Arbeitskreisbericht	.153
4.5	Vereinsfeste	
4.5.1	Manfred Plath (Gießen)	.159
4.5.2	Sigrid Fahrenholz (Bremen)	.160
4.5.3	Arbeitskreisbericht	.162

Arbeitskreise II — Konzepte, Erfahrungen und Möglichkeiten von Sport und Ernährung in den Verbänden

5.1	Deutscher Leichtathletik-Verband	
5.1.1	Dr. Klaus-Jürgen Moch (Gießen)	.164
5.1.2	Heinrich Clausen (Darmstadt)	.165
5.1.3	Arbeitskreisbericht	.166
5.2	Deutscher Tennis Bund	
5.2.1	Cornelia Dries (Düsseldorf)	.167
5.2.2	Martin Skiorz (Braunschweig)	.169
5.2.3	Arbeitskreisbericht	.171

5.3	Deutscher Turner-Bund	
5.3.1	Marie Rösler (Bremen)	.172
5.3.2	Claudius Kreiter (Frankfurt)	.177
5.3.3	Arbeitskreisbericht	.180
5.4	Andere Gesundheits- und Sportorganisationen	
5.4.1	Dr. Andrea Krause (Bonn)	.181
5.4.2	Ullrich Peter Tischbier (Duisburg)	.183
5.4.3	Arbeitskreisbericht	.185

Arbeitskreise III — Unser Verein ißt gesund Möglichkeiten und Schwerpunkte von Maßnahmen in den Sportorganisationen

6.1	Information und Gewinnung von Teilnehmerinnen	
6.1.1	Klaus Achilles, Margret Kruse (Bremen)	.188
6.1.2	Traudel Jütting (Münster)	.190
6.1.3	Arbeitskreisbericht	.193
6.2	Aus- und Fortbildung von Mitarbeiterinnen	
6.2.1	Claus Bandick (Hamburg)	.195
6.2.2	Christiane Schultze-Gisevius (Bremen)	.197
6.2.3	Arbeitskreisbericht	.199
6.3	Aufklärungskampagnen	
6.3.1	Reinhard Mann-Luoma (Köln)	.201
6.3.2	Dr. Sabine Wedekind (Frankfurt)	.204
6.3.3	Arbeitskreisbericht	.206
6.4	Kooperationspartner des Sports vor Ort	
6.4.1	Manfred Müller (Bremen)	.208
6.4.2	Dr. Walter Samsel (Wremen)	.210
6.4.3	Arbeitskreisbericht	.213

Zusammenfassung und Ausblick

7.1	Prof. Dr. Günther Schlierf (Heidelberg) Präsident der Deutschen Gesellschaft für Ernährung Gesunde Ernährung - verschiedene Wege zu einem Ziel.	215
7.2	Karl-Heinz Schwirtz (Frankfurt) Generalsekretär des Deutschen Turner-Bundes Empfehlungen der beteiligten Verbände aus sportpolitischer Sicht	218
7.3	GeSpuEr (Bremen) Forschungs- und Beratungsstelle — Örtlicher Ausrichter Diskussionsthesen "Sport - Ernährung - Gesundheit" im Breiten- und Freizeitsport.	220
7.4	Dr. Hans-Jürgen Schulke (Bremen) Vorsitzender des Organisationskomitees Abschlußstatement: Köchern statt Flambieren — Sporternährung in der Entwicklung.	226

Anhang

8.1	Verzeichnis der Referenten und Referentinnen.	229
%2	Mediendokumentation.	232
83	Was ist GeSpuEr?.	240